

Käyttösoireiden lääkkeetön hoito

Motivoinnin ja yksilökeskeisen hoidon mahdollisuudet

Muistihoitaja Merete Luoto
Turun Sosiaali- ja terveystoimi

Käyttöoireet

- **Esiintyvyys; lähes jokaisella sairastuneella jonkintasoista käyttöoiretta jossain vaiheessa sairautta.**
- **Oireet voivat olla masennusta, ahdistusta, levottomuutta, aistiharhoja, harhaluuloja, estottomuutta jne.**
- **Oireita voivat aiheuttaa;**
 - fyysiset ongelmat kuten kipu, infektiot, matala verenpaine, palelu**
 - ulkoiset ongelmat kuten väärä lääkitys, epäarvostava kohtelu**
 - tulkintaan liittyvät ongelmat; virikeherkkyys, virhetulkinnat**
 - sairastuneen omaan sisäiseen maailmaan liittyvät ongelmat kuten pelko, turhautuminen, itsearvostuksen puute**

tai

tunneherkkyys



Käyttösoire on muistisairaalle..

- Vaste johonkin muuttuneeseen tilanteeseen tai tunteeseen omassa itsessään, kokemusmaailmassa tai ympäristössä.
- Itsensä ilmaisemista omilla kyvyillään ja tavoillaan.

Kuvaavat sairastuneen pyrkimystä selvittää tilanteesta, mikä ei ole tavanomaisin keinoin hänen hallittavissaan.



Käyttösoireen lääkkeetön hoito

- Hetkessä elämistä
- Ihmisläheistä reflektointia
- Dialogiin heittäytymistä
- Ympäristön huomiointia
- Sairastuneen elämän tuntemista
- Mielihyvän kokemusten tuottamista
- Toiminnan järjestämistä
- Musiikkia, taidetta, eläimiä, ihmisiä

Mutta se on myös muutoksen huomiointia ja sen hyväksymistä, että vanha toimintamalli ei toimikaan!



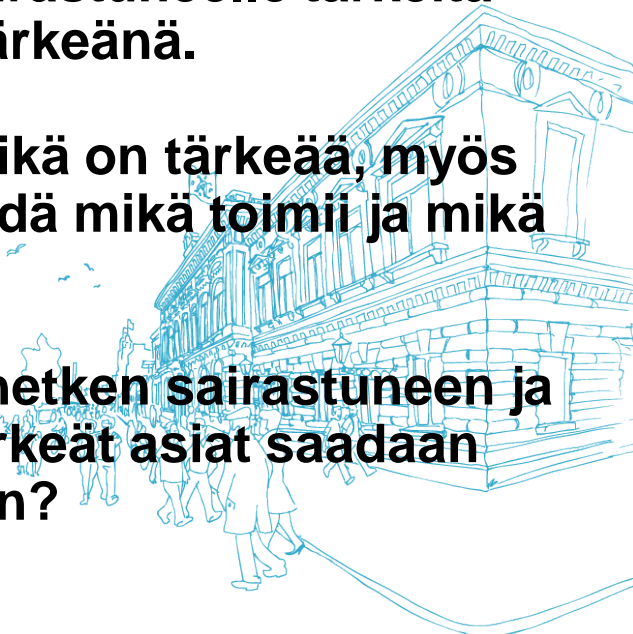
Motivointi ja elämään sitouttaminen

- **Olisi aloitettava jo muistiongelman alkua kartoitettaessa.**
- **Koko perheen selviytymiseen liittyvä toimintamalli, joka seuraa aina diagnoosin asettamisesta kuoleman kohtaamiseen.**
- **Mitä sairastunut on valmis tekemään välttääkseen käytösoireiden syntymisen?**
- **Hoitavan läheisen tai sairastuneen elämään osallistuvien henkilöiden motivaatio toimia niin, että käytösoireet olisivat vältettävissä mahdollisimman pitkään.**
- **Toivon ylläpitäminen tärkeää muistiselvittelyjen alusta alkaen.**



PCP= person centred planning

- Yksilökeskeinen elämänsuunnittelu
- Auttaa hahmottamaan ja oppimaan, millä tavoin henkilö haluaa nyt elää elämänsä.
- Tunnistaa ja erottaa asiat, jotka ovat sairastuneelle tärkeitä siitä mitä toiset pitävät sairastuneelle tärkeänä.
- Parasta, kun itse sairastunut kertoisi mikä on tärkeää, myös ulkopuoliset voivat havainnoimalla nähdä mikä toimii ja mikä ei.
- Pystyykö hoitava yksikkö tarjoamaan hetken sairastuneen ja läheisen kanssa, jotta sairastuneelle tärkeät asiat saadaan myös hoitavien henkilöiden tietoon?



Logoterapeuttinen ajattelu

- **Tahdon vapaus; vapaus muuttaa käyttäytymistä ja asennoitumista ja näin muokata omaa elämäänsä.**
- **Vapauteen liittyvä vastuu; ihminen on vastuullinen omista valinnoistaan ja niiden vaikutuksesta muihin ja itseensä.**
- **Tarkoitus; jotain, miksi elämä on elämisen arvoista.**

Voimavarasuuntautunut ja tarkoituskeskeinen lähestymistapa, jossa hetken merkitys on suuri.



Kuntoutussuunnitelma

- Tehdään yhteistyössä sairastuneen, läheisen ja hoitavan yksikön työntekijöiden kanssa.
- Voisiko olla se paikka mihin kirjataan käytösoireisiin vaikuttamisen keinot?
- Näyttää sen, miten sairastunut sitoutuu hoitamaan itseään ja vaikuttamaan tulevaisuuteensa.
- Suunnitelma, jonka sairastunut allekirjoittaa ja mihin hän sitoutuu ja mikä arvioidaan sovituin välein.
- Suunnitelma, mihin myös läheinen sitoutuu.

Ammattilaisille tässä haasteena jättää omat näkemyksensä taustalle ja viedä dialogia eteenpäin esim. motivoivan haastattelun keinoin.

Motivointi ja mahdollisuus vaikuttaa

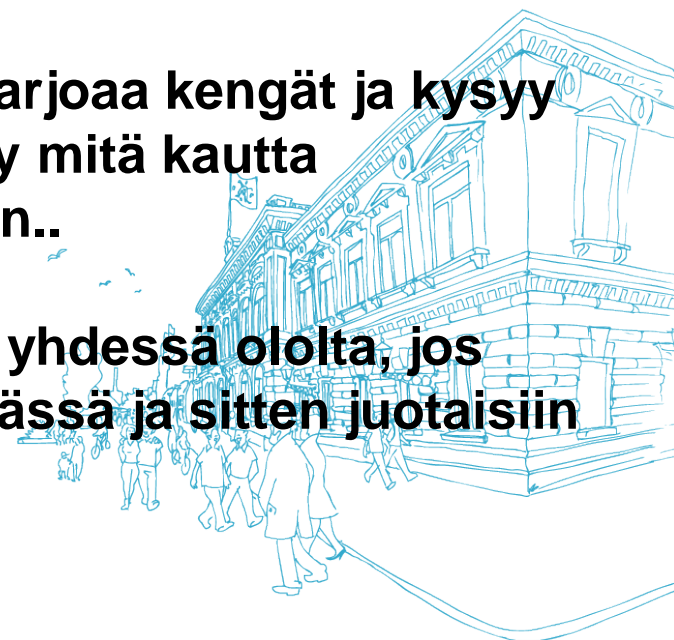
Käyttösoireen kohtaamiseen voidaan ennaltaehkäisevästi vaikuttaa, kun tunnetaan sairastuneen tavat ja tottumukset sekä elinympäristö ja läheisen voimavarat.

Millaisella tiedon laadulla saadaan hoitava osapuoli motivoitua vastaamaan käyttösoireeseen, kun sairastunut on lähdössä illalla ulos ovesta hoitamaan työtään salkku kädessä, paljain jaloin, perheen auton avaimet kädessään...



Ongelmaan yksi ratkaisumalli..

- Perheen kanssa on läpikäyty mahdolliset ongelmat jo kuntoutussuunnitelmassa
- Puoliso tietää, että todennäköisesti lähtemisen tarve tullut esim. turhautumisesta tai itsearvostuksen puutteesta
- Puoliso uskaltaa heittäytyä hetkeen, tarjoaa kengät ja kysyy jos vaikka käveltäisiin yhdessä, kysyy mitä kautta sairastunut haluaisi lähteä kävelemään..
- Muistelee miten työt aina veivät aikaa yhdessä ololta, jos vaikka käytäisiinkin yhdessä kävelemässä ja sitten juotaisiin iltateet yhdessä kotona..



...

- **Miten tärkeää sairastuneen panos kotona olisi, kun aina työpäivän jälkeen yhdessä katsoivat postit ja hoitivat yhteisen elämän kirjanpidon..**
- **Jos palataan takaisin kotiin kävelyiltä ja tehdään asiat yhdessä pois ennen iltateetä..**
- **Vie aikaa jonkin verran, antaa sairastuneelle tunteen läheisyydestä ja yhdessä tekemisestä, vie energiaa ja parantaa verenkiertoa tuo raukean olon..**
- **Ilta venyi pidemmäksi, yö oli rauhallinen, molemmilla oli hyvä olo.**



**Yksi lähestymismalli toimii tänään, toinen ehkä huomenna,
ylihuomenna ehkä ei mikään...**

Mutta tätä päivää on eletty ja se on tärkeintä!

”On tärkeää tietää muistisairauksista ja tunnistaa niiden vaikutukset sekä yksilölliset merkitykset. Tärkeintä on olla kiinnostunut siitä mitä kyseiselle muistisairaalle tänään kuuluu.”

Ote kirjasta **Mahdollisuuksien matka**



Kirjallisuutta ja lähteitä

- Erkinjuntti T, Heimonen S, Huovinen M . Hyviä päiviä kotona - muistisairaudet. WSOY Juva 2007
- Erkinjuntti T, ym Muistihäiriöt ja dementia. kustannus oy Duodecim Helsinki 2006
- Laine M, Heimonen S. Mahdollisuuksien matka –logoterapeuttinen ajattelu muistisairaahan ihmisen hoidossa . Jyväskylä 2010
- Mustajoki P, Kunnamo I. Motivoiva haastattelu, vaikuttava terveysneuvonta Duodecim Terveyskirjasto 2009 artikkeli seh00147 (029.002)
- Thompson J, Kilbane J, Sanderson H. Person Centred Practice for Professionals 2008
- Vuori U, Heimonen S. (toim.) Tue muistisairaahan ihmisen kotona asumista - opas ammattihenkilöstölle sarja: perusoppaat julkaisu nro 4/2007

